

A hand is shown watering a row of five seedlings in a tray. The seedlings are at various stages of growth, from a small sprout to a more developed plant with two leaves. Water is dripping from the hand onto the soil. The background is a soft, out-of-focus green.

Vývojová psychologie

Pavla Kremserová

Výuka a metody hodnocení



Přednáška



1. března a
5. dubna



Online test



9:00-12:50

Výuka a metody hodnocení



Kritéria testu

30 otázek
20 minut

ABCD možnosti
1 odpověď správná



Hodnocení testu

A: 30-29
B: 28-27
C: 26-25
D: 24-23
E: 22-21
F: 20>

Antropogeneze



Aktuální
geneze

Vývojová psychologie

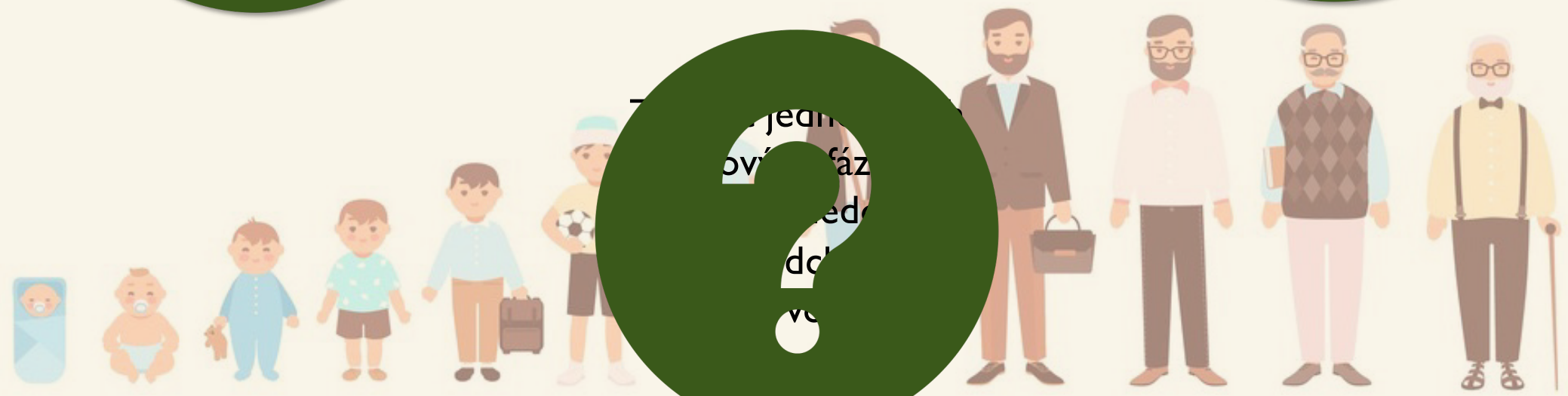
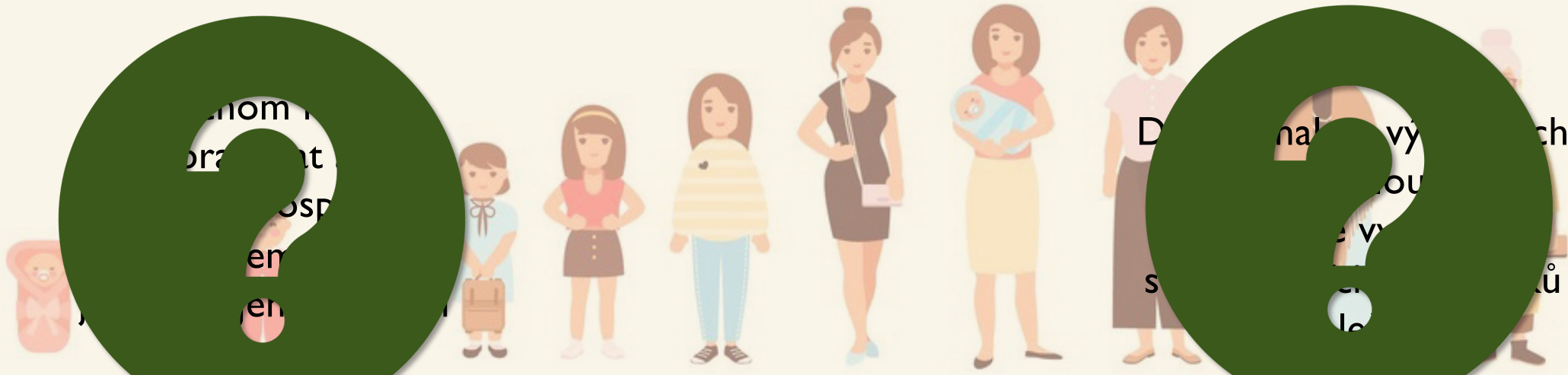
Odvětví psychologie,
které se zaměřuje na
vývoj a změny v
prožívání a chování v
čase od početí po
smrt.



Ontogeneze

Fylogeneze





Cíle vývojové psychologie



I.

Popis vývojových změn



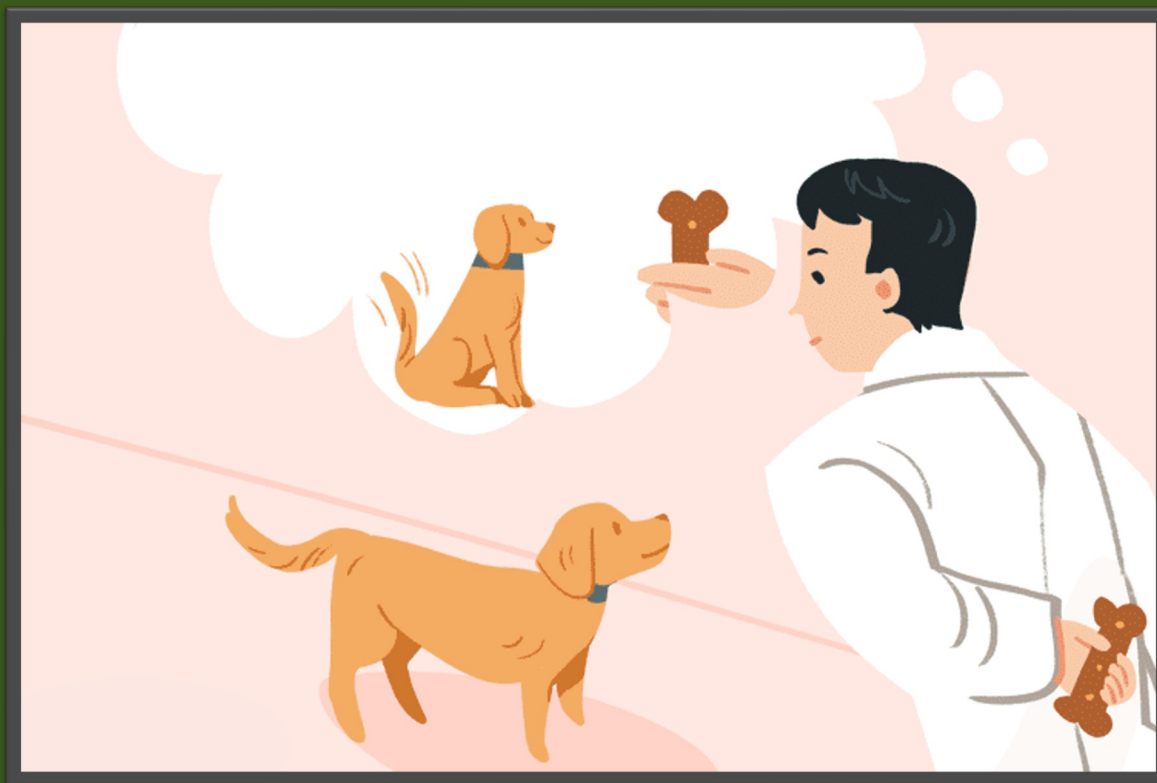
2.

Vysvětlit obecné zákonitosti



3.

Předpovídat chování



4.

Měnit nežádoucí jevy





Ale!

Každý z nás je individualita!





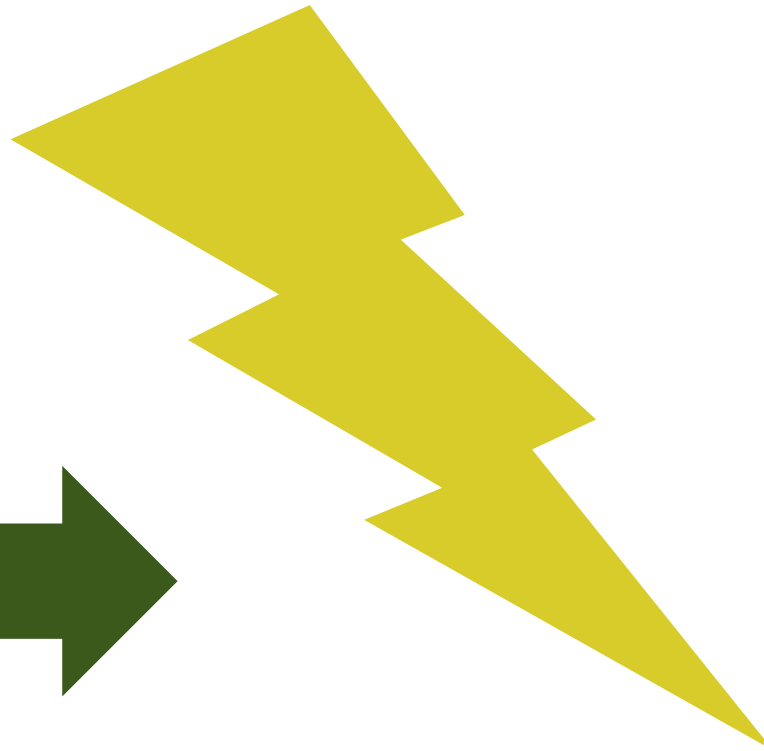
Co má na nás větší vliv? Výchova
nebo geny? A v jakém poměru?



Geny

Genotyp

Veškerá genetická informace zaznamenaná v DNA nastavující práh, který nelze překročit.



Reakční norma



Výchova

Fenotyp

Soubor všech vlastností a znaků organismu – výsledek interakce genotypu s prostředím.

Reakční norma



Genetická výbava



Vliv prostředí
dokáže ovlivnit
využití našeho
genového
fondu.



1875
Francis Galton

Výzkumy jednovaječných dvojčat

2. světová válka
koncentrační tábory
Josef Mengele



1901
vzorec pro
frekvenci výskytu
Weinberg

60. léta
dvojčata záměrně
rozdělena za účelem
výzkumu

Minnesotská studie
jednovaječných dvojčat v
letech 1979 až 1999.
Thomas Bouchard

Jim Springer a Jim Lewis

1924
stejně IQ u
jednovaječných
dvojčat
Merriman



Jim Springer a Jim Lewis

Pokud se jistá vlastnost objevuje u obou jednovaječných dvojčat než u dvojevaječných dvojčat, můžeme usuzovat na vliv dědičnosti, i tak ale musíme počítat s rozdílnými vlivy prostředí v děloze.



nelze generalizovat, protože prostředí dvojčat nejsou nikdy stejné



média si vybrala pouze zajímavé případy



většinou neměli dvojčata tak shodné rysy, shodovala se jen v některých projevech

Kritika výzkumu

- Máme jakési genetické predispozice např. sklon k obezitě, sklon k depresím. Zdělili jsme to po našich předcích nemusí to být nutně od rodičů. Ale pouze na prostředí záleží, jakým způsobem a v jaké míře se tyto predispozice projeví. Každý máme jinou startovací čáru, ale cíl je stejný mít šťastný a spokojený život. Ale pokud máme rodiče, kteří trpí depresí (a neléčí ji, nezvládají obranné mechanismy), nemůže se tedy ani to dítě od nich naučit kompetence ke zvládnání deprese. Pak je vysoce pravděpodobné, že dítě může v dospělosti trpět depresí.

- Řešíme pouze to, co je pro společnost nebo pro osobnost nežádoucí. To, že se každý rodíme s jiným temperamentem je v pořádku, není to odchylka od normy.

NATURE VS NURTURE



Příroda vs výchova

Zkoumání vlivu prostředí a genetiky

- Závěry výzkumu (Minnesota) potvrdily, že vliv na osobnost má jak genetika tak prostředí. Genetické faktory mají vliv i projevy jako pracovní zájmy, koníčky, náboženství, ...
- kritika:
 - závěry jsou kontroverzní
 - nebyl proveden náhodný výběr
 - k dojmu neuvěřitelných shod přispěla média, která si vybrala extrémně vzácné případy
 - většinou neměli dvojčata tak shodné rysy, shodovala se jen v některých projevech
- Na osobnost má vliv jak prostředí, tak genetika. „Odlišný“ fenotyp se začne projevovat hned, jak se vajíčko zahníždí v děloze. I u dvojčat je to pokaždé jinde.

Zkoumání vlivu prostředí a genetiky

Che Ťien-kchuej je zpět. Čínský vědec, který nelegálně geneticky upravil děti, už zase mění embrya

Tomáš Karlík

2. 4. 2024 | Zdroj: Reuters, Mainichi Shimbun

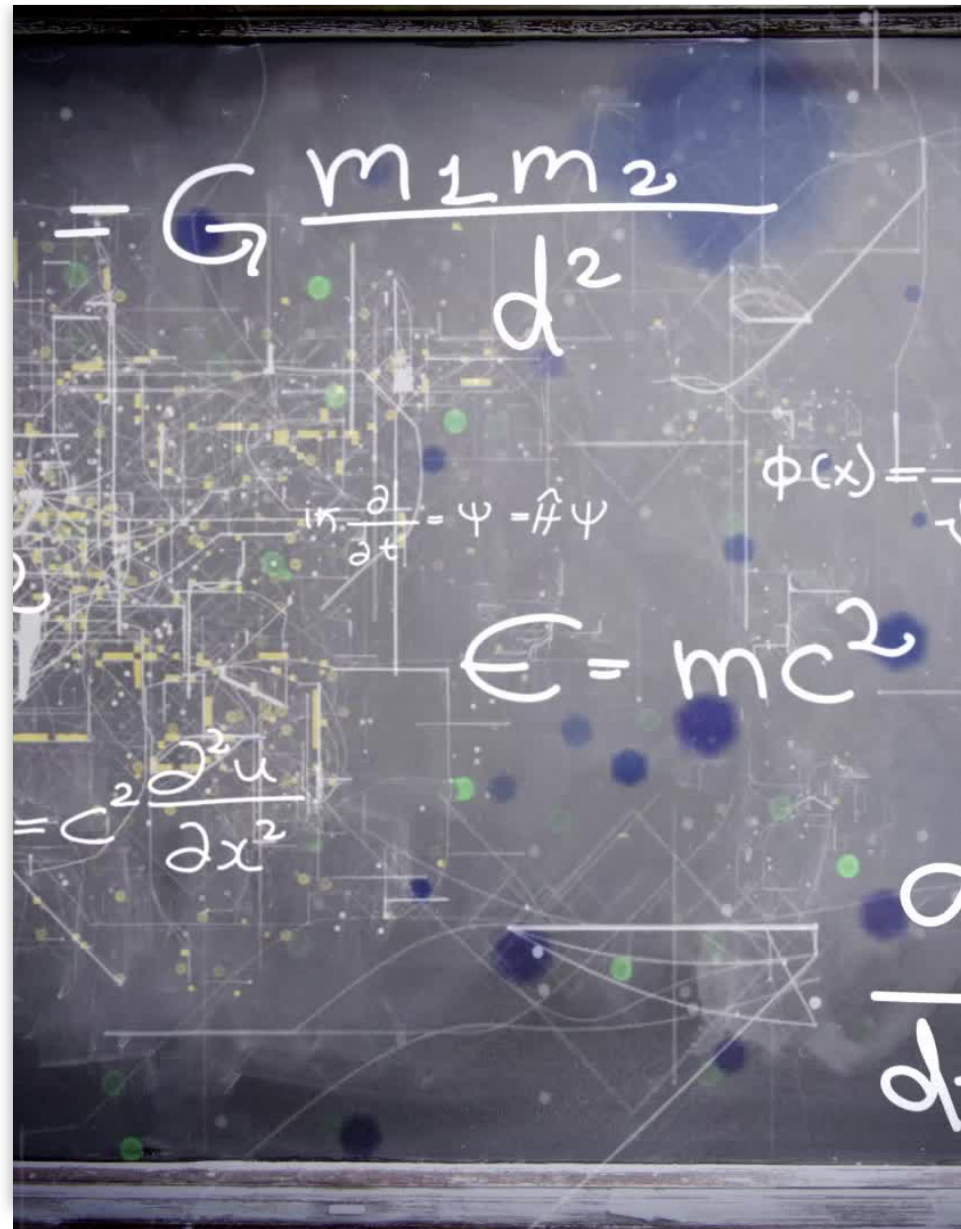


Metody vývojové psychologie

- pro docílení kroků výše využívá vývojová psychologie hlavně
 - pozorování
 - experiment
 - rozhovor
 - dotazník
 - analýza činnosti
 - případová studie
- a to v různých časových úsecích
 - longitudinální přístup
 - příčný přístup
 - semilongitudinální přístup - propojení obou přístupů
 - retrospektivní (anamnestický) přístup
 - prospektivní (katamnestický) přístup

Úskalí výzkumných metod

- psychický vývoj se děje velmi pomalu, je těžké vysledovat jeho změny
- proto poznáváme pomocí **srovnávání**, kdy sledujeme výchozí stav – před změnou a výsledný stav – po změně
- hlavní postup je tedy komparace stavů duševního vývoje
- čím jemnější změny chceme zachytit, tím kratší časové úseky musíme zvolit





Longitudinální výzkum

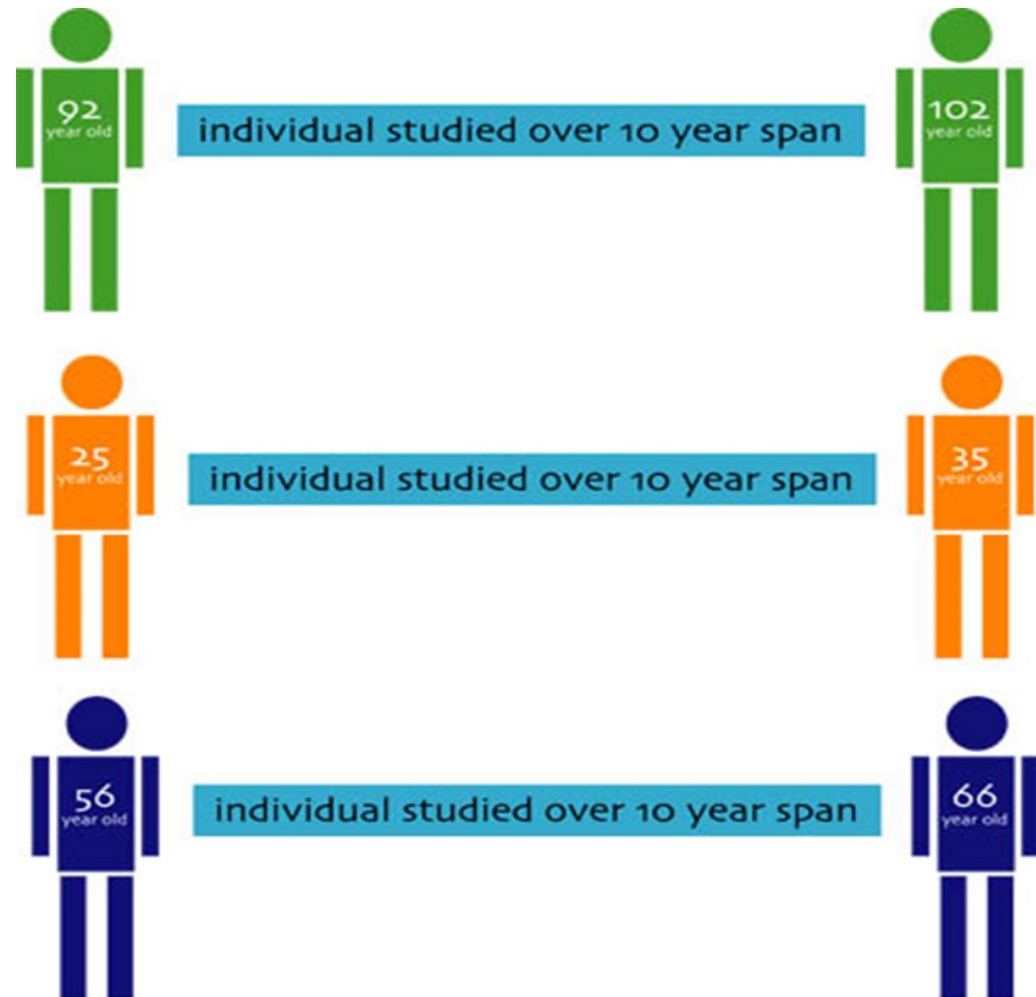
- „královská metoda“ vývojové psychologie
- metoda, kdy jsou jedinci sledováni v určitém časovém rozmezí a výzkumník zachycuje změny v psychických funkcích
 - výzkumník sleduje dítě po mnoho let
 - jedinci jsou sledováni ve standardizovaných situacích
 - sledujeme více proměnných (IQ, paměť, zručnost, řeč,...)
- obvykle se určí vzorek dětí narozených v určitém roce
- vzorek by měl být reprezentativní
 - děti pocházejí z různých prostředí, různé vzdělání rodičů apod.
- predikce díky tomuto přístupu je nejspolehlivější



Longitudinální výzkum

- podle délky dělíme:
 - krátkodobé – do 2 let trvání – výzkum Leona Festingera – teorie kognitivní disonance
 - střednědobé – do 10 let – souvislost mezi sexuálním zneužitím a interrupcí v mladém věku
 - dlouhodobé – více než 10 let – Matějček – výzkum nechtěných dětí
- nevýhody:
 - časová náročnost
 - finanční náklady
 - opatrné generalizování výsledků
 - získané data nemůžeme rychle využít v praxi
 - nevyváženost historických období (20. léta x 60. léta x 90. léta) – někdy nelze říct, zda se změnil jedinec nebo zda za změnu může změna ve společnosti
 - „úmrtnost“ probandů (odstěhování, úmrtí, osobní důvody)
 - v průběhu výzkumu se mohou změnit teoretické koncepce

Longitudinální výzkum



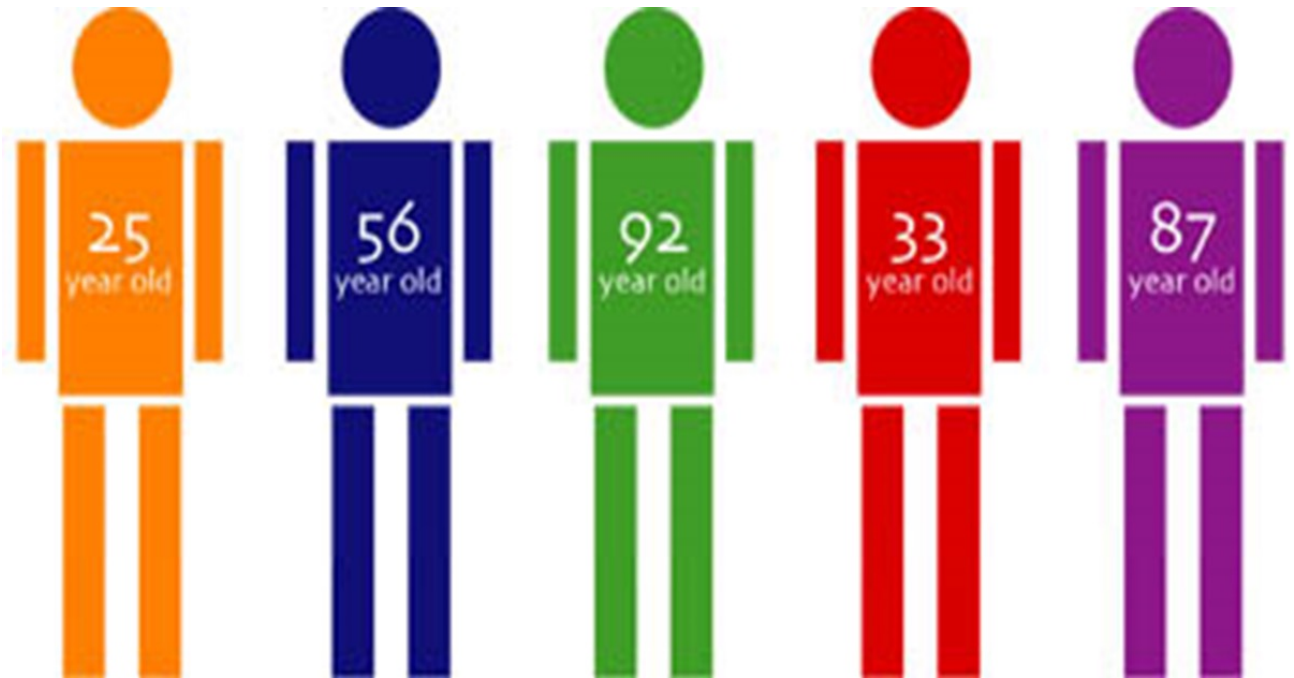
Příčný výzkum

- vývojové změny jsou odvozeny od porovnání určitého stavu u různého souboru jedinců
 - např. výška, hmotnost, IQ, kresba, řeč, ...
- v krátkém čase lze získat data různě starých lidí, z čehož „můžeme“ odvodit normy v rámci časového úseku
- příklad:
 - Milesův výzkum – zkoumal změny v manuální zručnosti u jedinců od školního věku po pozdní stáří v roce 1930
 - vrchol výkonosti na konci 20. a na začátku 30. let

Příčný výzkum

- nevýhody:
 - individuální výstupy se mohou lišit od celkově získaných dat, individuální odchylka u jedince
 - zachycujeme pouze „nepravou vývojovou změnu“ – pravou můžeme zachytit pouze longitudinálním výzkumem
 - nemůžeme říct, které znaky mají na zkoumanou oblast vliv
 - vzorek nemusí být dostatečně reprezentativní
- výhody:
 - časově nenáročný
 - můžeme získat rychle data, které využijeme v praxi
 - finančně nenáročný

Příčný výzkum



Semilongitudinální výzkum

- = příčně sekvenční metoda
- propojení obou výzkumů
- několik věkově odlišných skupin, které jsou sledovány v určitém časovém úseku (kratším než longitudinálním) a opakovaně zkoumány
- výzkum Warnera Schaie – kognitivní schopnosti zůstávají stabilní do pozdní dospělosti, pokles v ostatních oblastech je mírnější, než se myslelo
- výhody a nevýhody:
 - výsledky přesněji pracují s pravou a nepravou vývojovou změnou, historický efekt, však nejde zcela vyloučit
 - časová a finanční náročnost, opotřebení vzorku, nereprezentativnost

Retrospektivní (Anamnestický) výzkum

- zkoumaná skupina je vybrána podle určitých znaků a sledují se vývojové projevy v minulosti
- příklad:
 - Bowlbyho výzkum
 - rok 1946
 - srovnával skupinu mladistvých se sklony ke krádeži a bez deliktů
 - mladiství s delikty měli častější dlouho trvající separaci od matky
 - vede k citovému narušení a k delikvenci
 - tento závěr ovšem nemusí být přesný, jsou zde faktory, které neodhalíme

Prospektivní (Katamnestický) výzkum

- prospektivní výzkum
- sleduje určitou vybranou skupinu jedinců, kteří mají stejný rys; zkoumá se, zda má tento rys vliv na budoucí vývoj jedince
- získává přímá data z pozorování či experimentu – pracuje s přítomností
- příklad:
 - Bowlby, 1956
 - zkoumal separované děti (do 4 let věku) od rodičů
 - delikvence ovšem byla řídká, což znamenalo poopravení jeho původní hypotézy

Neetické výzkumy v dějinách

- Jazyková deprivací studie
 - 13. století
 - Fridrich II. Štaufský
 - hledání „prajazyku“ u novorozenců – zamezení interakce a komunikace kojných
 - Bez emočního a sociálního pouta všechny děti umřely
- Výzkum příčin koktání
 - logoped Wendell Johnson, 1959
 - koktání má příčinu ve špatné odezvě rodičů a špatných výchovných postupech
 - 2 skupiny: jedna měla logopeda a skvělou zpětnou vazbu, druhá byla kárána a ponižována
 - výsledky nebyly veřejně publikovány, zneužití a poškození dětí,
 - až investigativní reportéři publikovali výzkum
- Výzkumy na zvířatech
 - Harry Harlow
 - výzkum na makacích, deprivace opic (umístil mláďata do izolace, sledoval vazbu na matku)

Základní potřeby dítěte

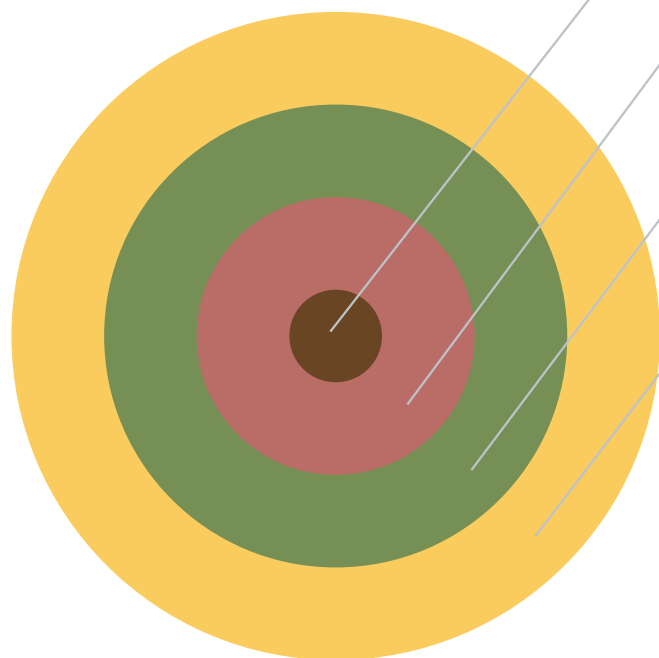




„Po tom všem, co pro tebe dělám, se mi takhle odvděčíš? Odpadávají ti listy a rosteš nakřivo! Jen počkej, to uvidíš! Nedostaneš hnojivo ani sluníčko. Budeš o tom přemýšlet pod schodištěm. Ještě uvidíme, kdo tady poroučí!“



Základní potřeby



Tělesné potřeby

přístřeší, teplo a čistota
výživné jídlo
zdravotní péče
aktivita a odpočinek

Psychické potřeby

láska a důslednost
bezpečí a důvěra
reciproční výměna
bezpodmínečné přijetí

Potřeba učit se

možnost hrát si
zkoumání a experimenty
práce s chybou
mít dostatečný vzor

Potřeba úcty a sebevědomí

povzbuzující prostředí
popisná chvála

přijímání snah dítěte
postupné krůčky

Dítě roste a získává dovednosti, které jsou podobné většině dětí přibližně stejného věku a stejné kultury.

Každé dítě je jedinečné a to po fyzické stránce, tak i po stránce chování. Jakmile se dítě narodí, liší se ihned od narození. Má svou vlastní povahu a osobnost.

Typický neboli „normální“ vývoj

V minulosti se tyto děti považovali za posedlé d'áblem a zavírali se do blázinců nebo do káznic. Nenormální chování pak bylo způsobeno např. červem v srdci či masturbací.

Dnes začínáme řešit hodně takovýchto poruch medikací, což je další extrémní řešení. Léky mění psychické nastavení, ale ani dnes pořádně nevíme, na co všechno můžou mít dopad.

Dnes nejčastější příklad je tlumení ADHD lékem Ritalin (Adderall, Vyvanse). Tyto léky se dětem předepisují ve věku od 4 do 17 let.

Tyto léky mění psychický vývoj dětí. Např. podle neurologického výzkumu Pokud podáte psychostimulant zvířatům když jsou ještě mladá, změní to jejich systém vnímání odměny.

Vyžadují mnohem více stimulace, aby dosáhla stejnou míru uspokojení. Takže na velmi konkrétní úrovni, potřebují více jíst, aby dosáhli pocit zasycení. Nebo potřebují dělat více rizikových věcí, aby se zabavili.

Minulost a přítomnost



Nálepkování



- Na dítě je pohlíženo jinak.
- Učitel se k němu může chovat jinak.
- Žáci se k němu mohou chovat jinak.
- Rodiče se můžou chovat jinak.

Co je příčinou jeho/jejího chování?

Somatická příčina, nemoc – (štítná žláza ovlivňuje psychiku,
psychopatie vs sociopatie)

Významná událost

- rozvod
- nehoda, významná událost
- úmrtí blízké osoby
- abusus návykových látek

Rodinné prostředí

- špatné soužití rodičů (hádky, agresivita, nedůvěra, nejistota, domácí násilí)
- černá ovce
- nedostatečný prostor (8 lidí v jednopokojovém bytě)
- nedostatek pozornosti (více dětí)
- rodiče nejsou schopni se o dítě starat (duš. nemoc, postižení)
- slabé sociální zázemí
- týrání a zneužívání
- špatný výchovný styl (žádné hranice, emotivní výlev, ale žádná změna)
- sourozenecké konstelace (prvorozené mává sklon k citové poruše, malý sourozenec)

školní prostředí

- šikana
- třídní vztahy (hluk, nedůvěra)
- vztahy s pedagogy

Kdy vyhledat odbornou pomoc?

... je celkově a trvale nešťastný.

... projevuje nezáměr o svět kolem sebe, je uzavřený.

... je hyperaktivní, má impulzivní chování bez zábrán.

... má extrémní výkyvy nálad směrem nahoru a dolů.

... není schopný se přizpůsobit a kontrolovat své chování.

... pravidelně lže, krade, neposlouchá a ničí majetek.

... pocítuje obavy a má vtíravé myšlenky.

... mluví o věcech, které nemají reálný základ.

... má falešné představy nebo halucinace.

... má pocit, že se proti němu celý svět spikl.

... svým chováním vyvolává u ostatních negativní reakce.

... svým chováním má negativní vliv na svůj společenský život, rodinu a vztahy.

... svým chováním nepříznivě ovlivňuje své vzdělávání.

... je nezvladatelný.

... má nevysvětlitelné psychosomatické potíže.

Závěr: Dítě si prostě nedokáže samo pomoci a musí mu tedy pomoci rodič, pedagog nebo odborník.

Co můžeme udělat my?

Pokud se vám podaří dát dohromady následující věci, pak minimalizujete obrovské množství problémů, které mají děti onálepované slovem hyperaktivní:

- zajistěte, aby se dospělí v jejich blízkosti vhodně chovali
- dejte dětem dosažitelné cíle (osobní a vzdělávací plán)
- dejte dětem příležitosti, aby se ovládaly samy (zvládat hněv a emoce)
- ve stravě jim omezte cukr a povzbuzující látky
- kultivujte třídní vztahy
- naučte je řešit konflikty, zlepšovat sociální dovednosti
- spolupracujte s učiteli a rodiči

Prenatální období

- období mezi početím a narozením
- obvykle 40 týdnů – 9 měsíců
- I. FÁZE – ZÁRODEČNÉ, PREEMBRYONÁLNÍ OBDOBÍ
 - vytvoření zárodku do 3 týdnů
 - splynutím vajíčka a spermie vzniká lidský zárodek
 - dívky – kombinace chromozomů XX
 - chlapci – kombinace chromozomů XY
- okolo 17% párů (každý 6.) má problémy s početím
- <https://video.aktualne.cz/spotlight/spotlight-rozhovor-katerina-vesela-video/r~bl d9e7fe8225 l l ee82b7ac l f6b220ee8/> (0:40-5:33)
- první dítě „ze zkumavky“ (in vitro fertilizace) ve VB 1978, v ČSR 1982
- ideální věk pro početí mezi 20 a 35 rokem

Prenatální období

- etika početí
 - preimplementační genetická diagnostika – možná změna genetických vlastností před umístěním embrya do dělohy
 - v ČR pouze ke zjištění genetických mutací
 - změna pohlaví pouze při dědičných poruchách (možné v zemích, kde se preferují chlapci)
 - kontroverzní témata: výběr dítěte s dědičnou sluchovou vadou u neslyšících rodičů, těhotenství mezi 50 a 60 lety, implementovaná osmerčata nezaměstnané samoživitelce s 6 dětmi
 - umělé oplodnění – katolictví zakazuje, islám povoluje pouze s materiálem biologických rodičů
 - antikoncepce – katolictví kritizuje, islám povoluje

Prenatální období

18.2 Pre-Embryonic and Embryonic Development

1. Pre-embryonic development: Week 1

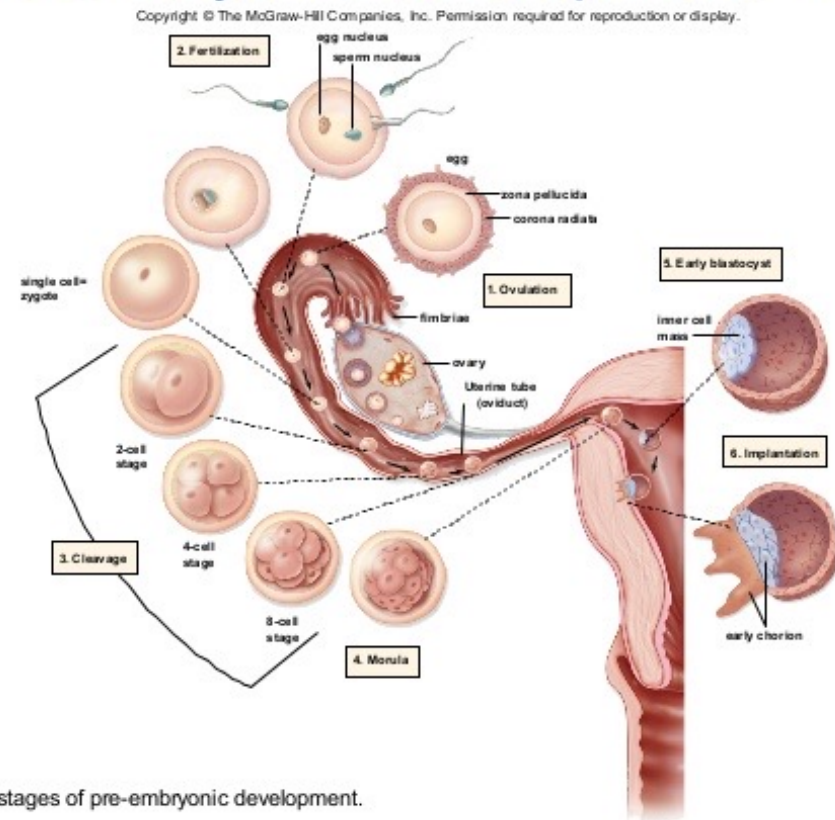


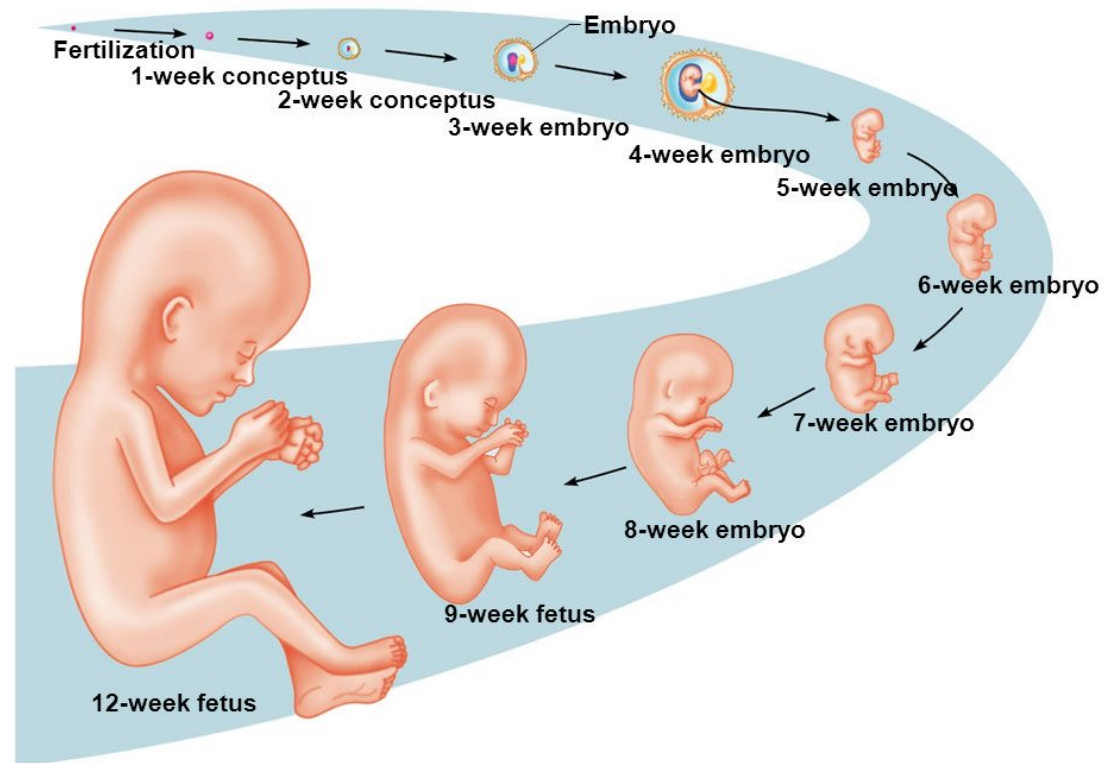
Figure 18.2 The stages of pre-embryonic development.

Prenatální období

- 2. FÁZE – EMBRYONÁLNÍ OBDOBÍ
 - od 3. do 8. týdne (v ČR někdy do 12. týdne, kvůli možné interrupci)
 - dítě je extrémně citlivé na vnější vlivy a toxické prostředí
 - konec 3. týdne
 - 2.5 mm (velikost sezamového semínka)
 - základ mozku, základ srdce a primitivní ústa
 - mezi 4. a 6. týdnem
 - 4 mm, podlouhlý tvar, širší hlava, ocásek
 - srdce, cévy a oběhový systém, sluchové jamky, oční váčky, základy končetin
 - matka pociťuje první příznaky těhotenství
 - konec 6. týdne
 - 1,6 cm (velikost fazole)
 - základy prstů, patrné oko, ušní boltce
 - první primitivní srdce – akce primitivního srdce
 - konec 8. týdne
 - 3 cm, 4g
 - ruce, nohy, oční víčka

Prenatální období

Diagrams showing the size of a human conceptus from fertilization to the early fetal stage



Prenatální období

- 3. FÁZE – FETÁLNÍ OBDOBÍ
 - orgány začínají pracovat
 - od 9. týdne do narození (od 12. týdne)
 - 5 cm, 8 g
 - od 24. týdne (6 měsíců)
 - pamatuje si sluchové podněty
 - dokáže habituovat ((úbytek reakce na opakování téhož podnětu, nikoli na odlišný podnět)
 - chutě vnímané přes plodovou vodu ovlivňují preference v pozdějším věku
 - na úlek matky reaguje kopáním, protože skrze placentu pronikl adrenalin
 - vnímá matčin hlas, reaguje na záblesky, na hudbu
 - 8 měsíců
 - kalcifikace kostí
 - podkožní tukové vazivo
 - 9. měsíců
 - plně vyvinutý plod
 - 50 cm, 3,3 – 3,5 kg

Prenatální období

Fetal Growth From 8 to 40 Weeks



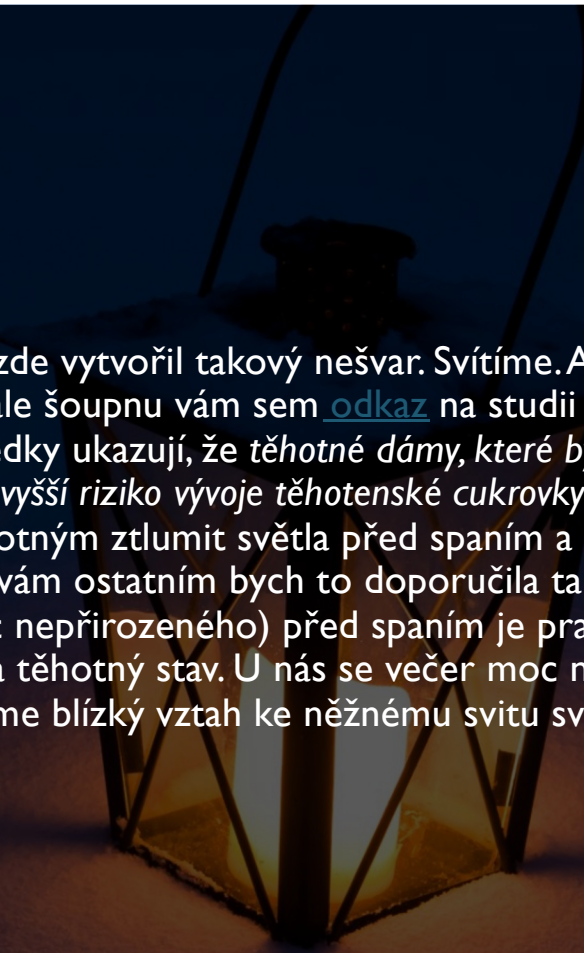
Prenatální období

- potrat
 - umělé přerušeni těhotenství
 - u nás možné do 12 týdne, pak dítě považováno za cítící a vnímající
 - zakázáno v katolických zemích např. Polsko, Malta, Irsko
 - v roce 2013 v ČR přerušeno 22 714 těhotenství (70% miniinterrupce do 8. týdne)



THE SURPRISING EFFECTS OF PREGNANCY



A glowing lantern with a metal frame and a translucent, faceted glass body, emitting a warm, yellow light. It is positioned in the center-right of the frame against a dark, almost black background. The light from the lantern illuminates the surface it sits on, creating a soft glow. The overall mood is calm and focused on the theme of light and health.

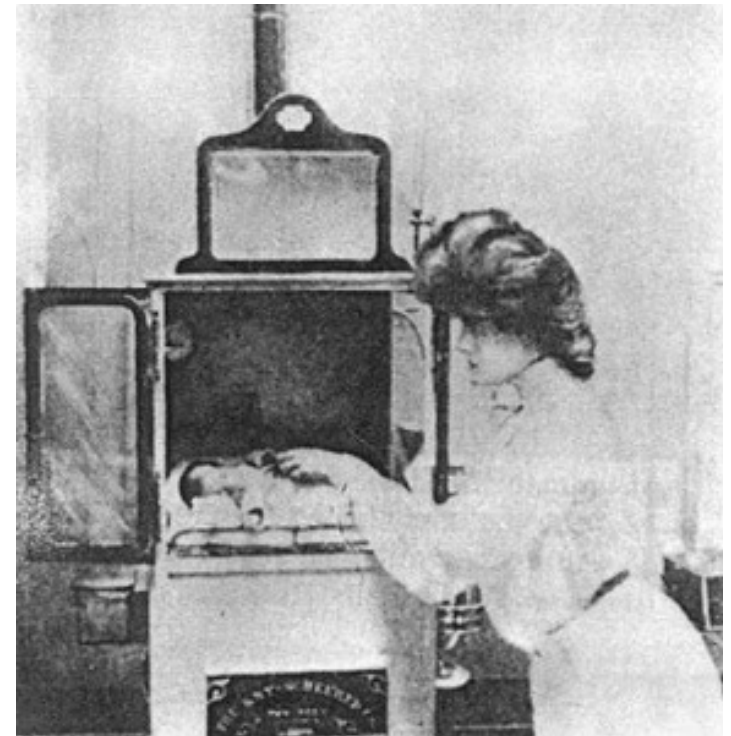
S nástupem doby chytrých telefonů a LED žárovek se nám zde vytvořil takový nešvar. Svítíme. A moc. A dlouho do noci. Co všechno to může natropit se mi sem nevejde, ale šoupnu vám sem [odkaz](#) na studii popisující vztah přemíry světla a zvýšení rizika těhotenské cukrovky. Výsledky ukazují, že *těhotné dámy, které byly vystaveny 3 hodiny před spaním intenzivnímu světlu v domácnosti, měly vyšší riziko vývoje těhotenské cukrovky než ty, jež si světelnou koupel nedopřávaly.* Autoři studie doporučují těhotným ztlumit světla před spaním a vypnout nebo alespoň ztlumit obrazovky monitorů, mobilů či televizí. A vám ostatním bych to doporučila také, protože se hromadí stále více důkazů o tom, že mnoho světla (navíc nepřírozeného) před spaním je pravděpodobně spojeno s narušením regulace glukózy v těle bez ohledu na těhotný stav. U nás se večer moc nesvítí – LEDky nepoužíváme vůbec (bolí nás do očí) zato máme blízký vztah ke něžnému svitu svíc.

Prenatální období

- Inkubátor
 - první inkubátor, tzv. Ruehlova kolébka, používán v Petrohradě od roku 1835 v carském nalezinci osobní lékař manželky cara Pavla I. Marie Fjodorovny
 - vanička s dvojitými stěnami ze železného plechu natřenými olejovou barvou, novorozence zahřívala teplá voda nalitá mezi stěny
 - další modely v 60. letech 19. století ve Francii, Anglii a v USA
 - stálou teplotu měly zajišťovat střešní tašky nahřáté na kamnech
 - Počátkem 20. století se v inkubátorech začal používat elektrický proud. Nejprve se vytápěly pomocí žárovek, regulace teploty však byla nespolehlivá a novorozencům hrozilo přehřátí.
 - Značnou nevýhodou bylo mimo jiné i to, že do inkubátorů nebylo vidět - kryty byly vesměs dřevěné nebo kovové.
 - K výraznému zdokonalení konstrukce došlo až ve 30. letech. Jako materiál pláště se začalo používat průhledné plexisklo a uvnitř inkubátorů bylo zavedeno proudění vzduchu čištěného pomocí bakteriálního filtru. Byla zavedena dokonalejší regulace teploty i vlhkosti vzduchu a přívod kyslíku.

Prenatální období

- 1860
- inspirováno lůžní pro kuřata

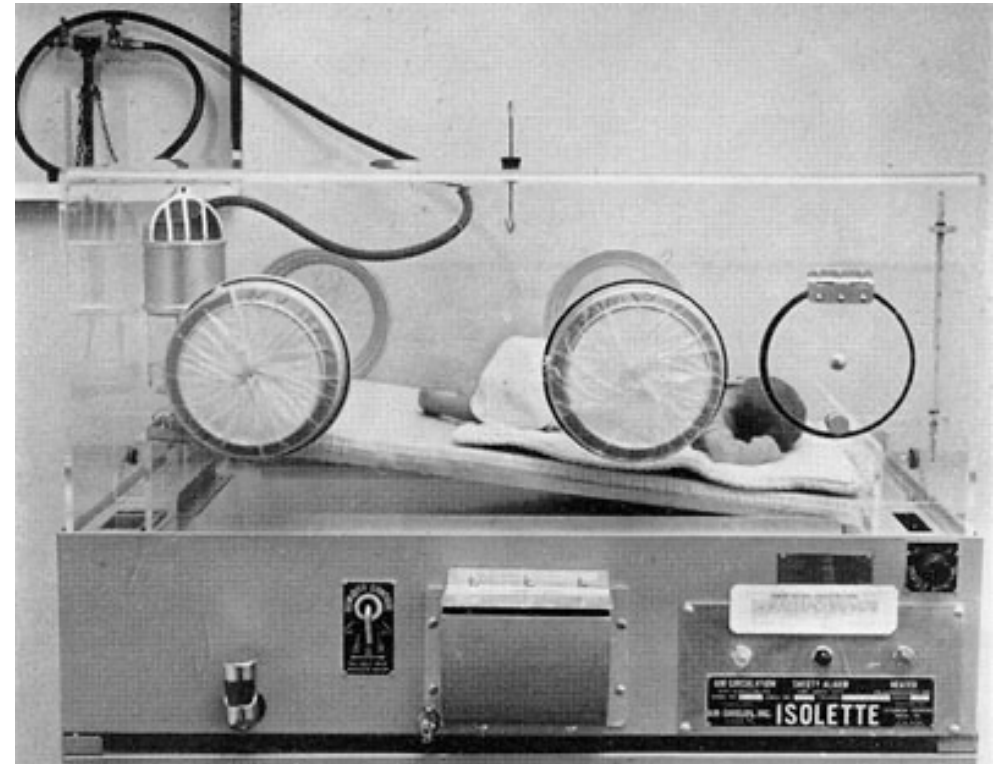


Prenatální období

- Nizozemí, 1914
- inkubátor ohříváný teplou vodou



-
- USA, 1965



Prenatální období

- Bonding
 - utváření poporodní vazby mezi dítětem a rodičem, budování emoční vazby
- Klokánkování
 - přikládání předčasně narozeného dítěte na tělo matky
- domácí porody, humanizace porodnictví
 - dula – osoba, která nenabízí zdravotnické služby, ale doporučení týkající se životosprávy, porodního plánu a poskytuje nepřetržitou podporu během porodu

A 3D anatomical rendering of a human torso, showing the skin and underlying blood vessels. The image is rendered in a warm, reddish-orange color palette. The focus is on the upper chest and shoulder area, with a hand visible on the right side. The text "PREGNANCY" is overlaid on the lower left portion of the image.

PREGNANCY

3D ANIMATION

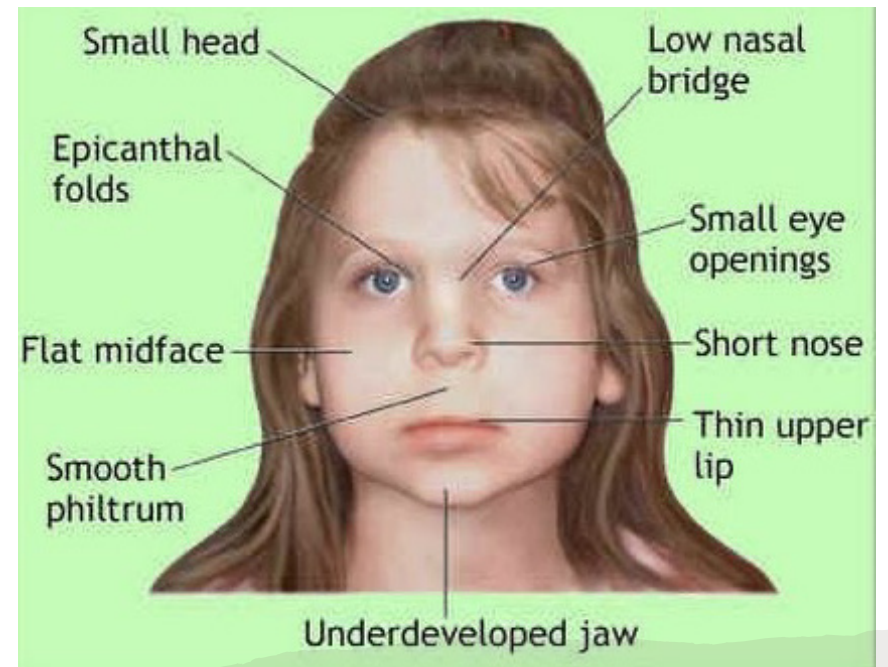
Teratogenní vlivy

Kdysi panoval názor, že nedostatečná výživa matky neovlivní mozek dítěte, protože je vyživován přednostně. To již není pravda a dítě se může narodit s mozkem o nižší váze nebo s podvyživenými játry. (játra tvoří glukózu, což je palivo pro mozek)

teratogeny (látky/vnější faktory schopné vyvolat vývojové vady a deformace plodu)

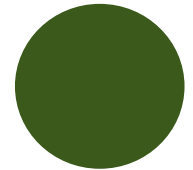
Teratogenní vlivy:

- chemické: léky, infekce, drogy,
 - nikotin - nikotin a alkohol – potlačují apetit plodu, proto se rodí podvyživené
 - alkohol - Už Platón ve starověkém Řecku varoval ženy před pitím alkoholu, protože se jim mohou narodit “méněcenné“ děti (u dětí může dojít k vadě očí, uší, rtů, hlavy a tváře)
 - fetální alkoholový syndrom



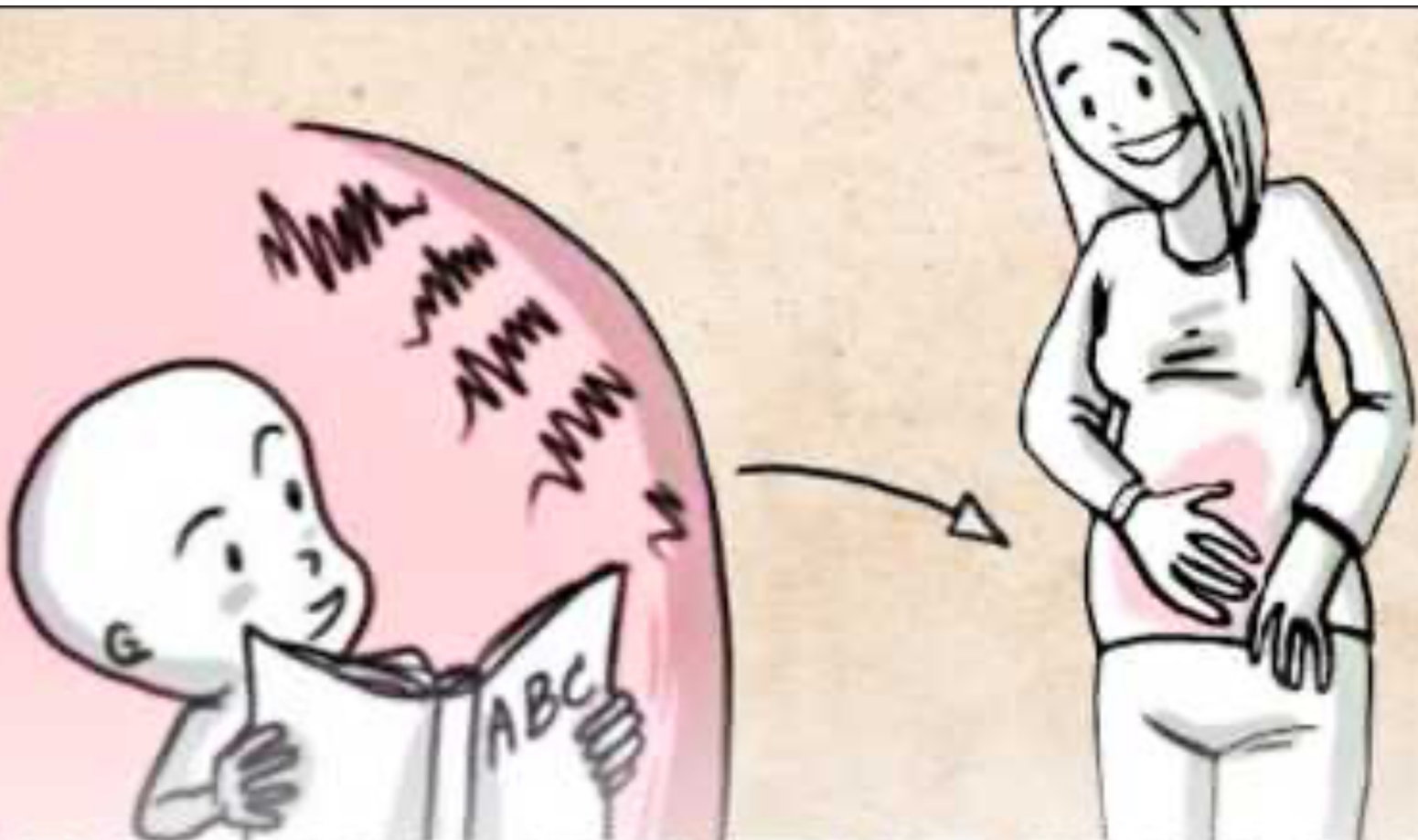
Teratogenní vlivy

- faktory:
 - fyzikální: rentgenové záření, horečka
 - chemické: léky
 - Thalidomidová aféra – lék pro ranní nevolnost, pro těhotné



Prenatální období

- faktory:
 - nedostatek kyslíku:
 - poruchy funkce placenty, pupečnicková šňůra kolem krku, dušení při porodu
 - nemoci matky:
 - cukrovka, epilepsie, preeklampsie (otoky, vysoký krevní tlak, snížená funkce ledvin), mateřská fenylketonurie (vysoká hladina fenylalaninu – aminokyselina)
 - nedostatek živin a vitamínů
 - hladovění v 2. trimestru může mít vliv na vznik schizofrenie u dítěte
 - psychický stav matky:
 - stres, úzkost
 - Prožívaný stres matky v těhotenství má vliv na dítě
 - pravděpodobný vliv na menší růst amygdaly



LEARNING IN THE WOMB

Většinu první vlny spermií zabije kyselé prostředí dělohy. mrtvé spermie pak mění pH a tím umožní ostatním spermiím se dostat blíž a blíž vajíčku. Jako první linie ve válce

Dochází ke splnutí vajíčka a spermie.

První 24 hodin oplodněná buňka se dělí na dvě, to se pak neustále opakuje. DO deseti dnů útvar blastocysta putuje do dělohy, kde má 40% šanci, že se uchytí na sliznici děložné stěny.

3 týdny – embryo má hlavičku a ocásek, pluje v tekutině plodového vaku. Formují se mozek a mícha.

4 týdny – vytváří se krevní oběh, srdce, trávicí trakt.

5 týden – objevují se ruce a nohy. Srdce začíná pumpovat krev.

6 týden – žena ještě může pochybovat jestli je těhotná, ale embryo se vyvíjí mozek, oči, játra a uši.

7 týden,- viditelná tvář oči, nos, rty, jazyk, první známky zubů a kostí.

8 týden, - prsty jsou rozpoznatelné a svaly začínají pracovat.

Do 10 týdne jsou všechny věci na svém místě

Od 14. týdne po početí vnímá dítě chuť, sluch okolo 20. týdne. V osmém týdnu je schopné cítit vlas v plodové vodě a vykazuje na pošimrání nějakou reakci, vnímá tedy dotyk.

Od 17 týdne (4 měsíc) reagují na lehký dotek po celém těle


6. měsíc – dítě reaguje na pláč – stahují rty, mračí se, napínají svaly očí – což značí nějakou inteligenci. Je zde propojení mozku a reakcí těla

Plicní systém

- Ve 4 měsíci začne „vdechovat a vydechovat“ plodovou vodu. Tím posiluje dýchací svaly, aby byly připraveny na dýchání vzduchu po porodu.
- Během života embrya dýchá zrychleně nebo zpomaleně, což je podle toho, jaké toxické látky do sebe matka dostává – zpomalené dýchání je pro dítě nezdravé, stejně tak zrychlené, což se děje, když matka kouří a dítě se snaží rychlým dýcháním získat, co nejvíce kyslíku.

Růst

- Mezi 4 a 5 měsícem je dítě v polovině růstu má 30 cm a 500g. Poté dítě výrazně ztěžkne a v 8. měsíci se vytváří ochranná vrstva tuku, která udržuje dítě v teple po narození. V 9. měsíci už je mu břicho matky těsné a můžeme pozorovat viditelné pohyby.
- Dítě se v břiše docela dost pohybuje a cestuje po celé ose. Je aktivní a jakmile se kopnutím do plodového vaku dotkne i břišní stěny, matka to ucítí.
- Nakonec okolo 40. týdne vyše dítě hormonální signál matce a porod začíná kontrakcemi. Při porodu se pružné ploténky a obratle poskládají, aby prošli porodními cestami. Kostí hlavy se pak dokážou překrýt a po porodu se pomalu vrací zpátky.



○ bolesti a jejím vnímání z pohledu novorozenců se vedou debaty již dlouhá léta. Drobná londýnská studie, která se zaměřila na nedonošené děti, přináší další dílek do skládačky. Jak se zdá, tak mechanismus umožňující adaptaci těla na mírnou bolest se vyvíjí v posledním trimestru těhotenství. *Předčasně narozené děti si tak nemají šanci zvyknout na opakovanou mírnou a život neohrožující bolest (způsobenou např. odběrem krve) tak, jako děti narozené v termínu nebo dospěláci.* Spolu s tím, co všechno se ví o křehkosti a přecitlivělosti nervového systému dítek porozených před termínem je na místě konstatování, že by bylo více než žádoucí omezit u nich bolestivé zákroky na minimum. A když už, tak aby byly prováděny v náruči matky a stres a bolest tak byly minimalizovány, co nejvíc to jde. Ony ty stresy totiž tak nějak kolem a dokola docela ovlivňují neurologický vývoj dítěte...



Novorozenecké
období



Novorozenecké období

- od narození do 28. dne života (4 – 6 týdnů)
- hlava tvoří $\frac{1}{4}$ z celkové délky novorozence
- nezralá bytost x organizovaná bytost
 - konstruktivisté (Piaget) – dítě poznává svět svými smysly a tím se naučí
 - nativisté – děti se rodí s určitými intuitivním nadáním chápat objekty, události a disponují vrozenými jazykovými, sociálními nebo matematickými a fyzikálními schopnostmi
- denní režim dítěte – spí obvykle 14 hodin denně
- nerozlišuje mezi dnem a nocí, pouze spí, jí a roste
- 1. měsíc – „nalazení“ se matky na dítě a opačně
- asynchronie v reakcích matky vs. kontingentní reaktivita (okamžitá reakce matky na projevy dítěte, optimální pro zdravý vývoj dítěte)

Novorozenec

- těsně po narození rozeznáváme 3 fáze reaktivity:
 1. fáze (trvá 30 – 120 minut po narození)
 - novorozenec zkoumá okolí, je aktivní, dotýká se matky, snaží se přisát
 2. fáze (trvá dalších 30 minut – 2 hodiny)
 - nastává útlum a dítě usíná, po 150 minutách spí všichni novorozenci
 3. fáze (trvá přibližně 2-6 hodin)
 - dítě je opět aktivní

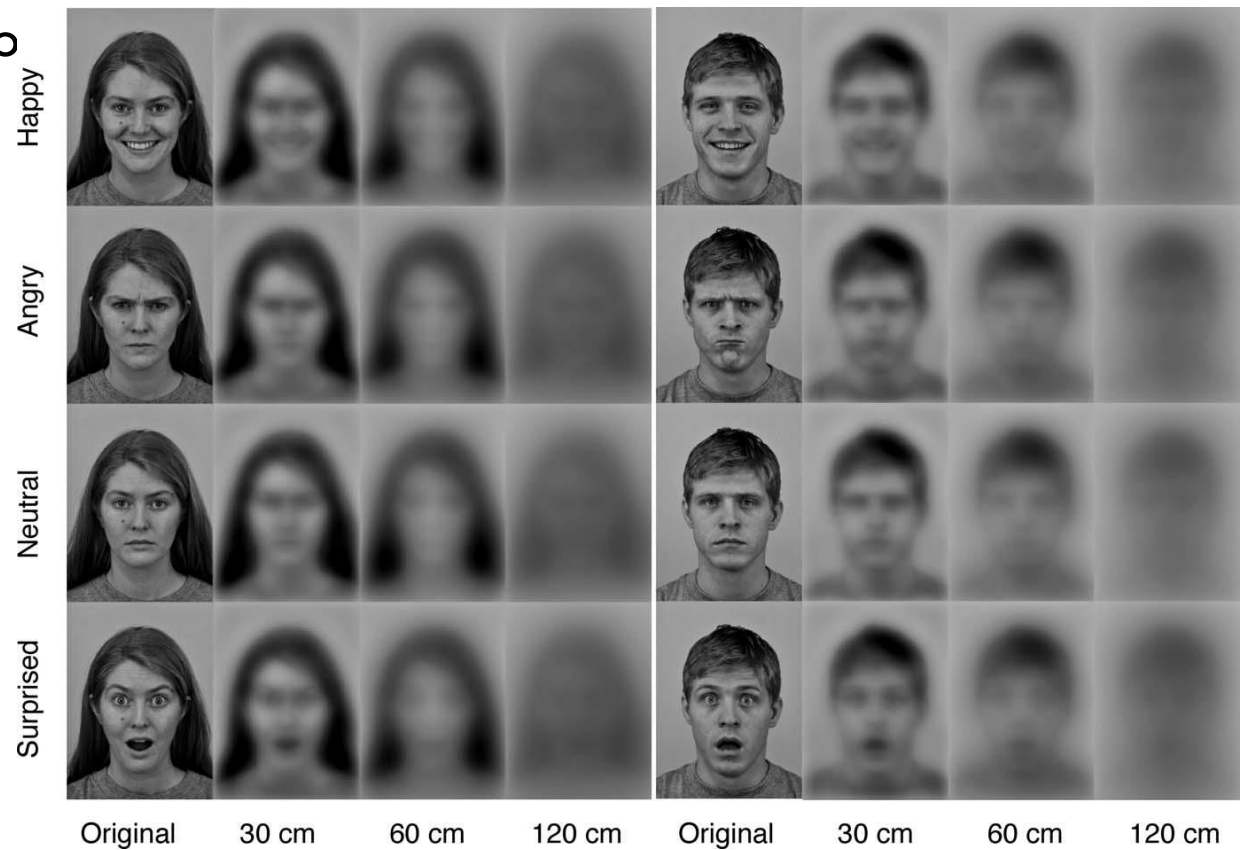
- **Motorika:**

- projevy jsou reflexivní
- hlavička potřebuje oporu, dítě ji ještě samo neudrží
- dítě je schopno zvednout hlavu a položit na stranu, aby mohlo dýchat, když leží na bříšku
- při neklidu dítě třese horními končetinami
- když dítěti zakryjeme látkou obličej, snaží se jej odstranit



- Zrakové vnímání:

- do 2 týdnů vidí periferně a je schopno fixovat a sledovat pohybující se předmět
- od 2 týdnů centrální vidění – vnímá i nepohybující se předměty
- nejvíce vnímá červenou a zeleno
- vidí na vzdálenost 22 – 25 cm

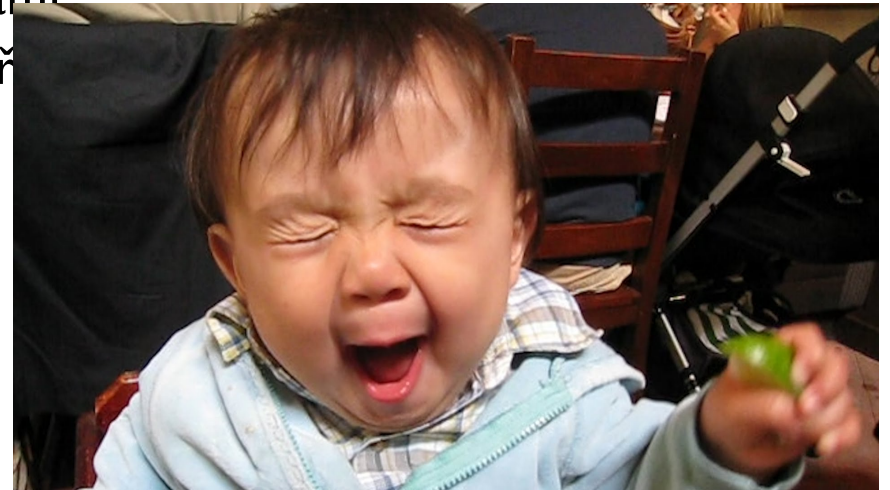


- Sluchové vnímání:

- je schopno rozlišovat a preferovat akustické vjemy
- otáčí se ke zdroji zvuku
- rozpozná hlas matky (podle zkušenosti s dělohy)
- reaguje na rozdíl mezi mužským a ženským hlasem
- klidný hlas – motorické zklidnění, výrazný hlas – mrknutí (reflex), silný hlas – úlek

- Chut'ové vnímání:

- rozlišují 4 chutě – sladkou, kyselou, hořkou, umami
- preferují sladkou, negativní jsou na kyselou a hoř



- Čichové vnímání:

- vyhledávají po čichu bradavku
- dokážou podle vůně rozeznat matčinu vůni a vůni mléka
- rozeznání aromatická jídla, která jedla matka v těhotenství
- na nepříjemné pachy se odvracejí

- Tělesné vnímání:

- reagují na dotek – nejvíce v okolí úst a na ruku
- na tělesný dotek reagují zklidněním
- cucají si prsty, pěsti
- cítí bolest a snaží se ji vyhnout – reagují mimikou, gesty, celým tělem

- Sociální dovednosti:

- reagují na pláč jiných novorozenců
- novorozenecké zrcadlení
- rozeznává známe obličeje
- preferují hlas před jinými zvuky
- když na ně někdo klidně mluví zklidní se

- Emoční dovednosti:

- vyjadřují nespokojenost křikem
- pláč je bez slz (objevují se až mezi 1. a 3. měsícem)
- libost je doprovázena reflexivním úsměvem
- nový podnět, ztráta opory těla – úleková reakce (Morův reflex)
 - <https://www.youtube.com/watch?v=PTz-iVI2mf4>

- **Komunikace:**
 - synchronizují pohyby s rytmem řeči
 - vyjadřují pocity křikem rozdílné intonace
 - dokáží vyjádřit – hlad, únavu, přetížení, zima/horko, bolest, nemoc
- **Kognitivní dovednosti**
 - změní rytmus sání, když tím dosáhnou vizuální změny ve svém zrakovém poli – trvá 5 – 10 minut

Novorozenecké reflexy

- dítě nedokáže své pohyby ovládat, veškeré pohyby mají reflexivní charakter
- reflexy zajišťují základní biologické potřeby:
 - polykání, kašláni, mrkání, kýchání, zvracení, dýchání, vylučování, zívání
- dále dítě disponuje tzv. přechodnými reflexy, které časem vymizí, pokud ne, může to být známka neurologického problému; jinak jsou součástí normálního vývoje dítěte
- některé mizí většinou 3. – 4. měsíc

Novorozenecké reflexy

- úlekový reflex – Moroův reflex
- sací reflex, hledací reflex
 - <https://www.youtube.com/watch?v=umesL6OcZG8>
- chůzový automatismus – reflexní chůze
 - <https://www.youtube.com/watch?v=cZYHwCWSKiE>
- tonicko-šijový reflex (poloha šermíře)
 - při rotaci hlavy doprava se pravá ruka a pravá noha natáhnou, zatímco na levo těla jsou obě končetiny pokrčené
 - <https://www.youtube.com/watch?v=UWqafotPxTg>
- úchopový reflex, Robinsonův reflex (mizí do 6 týdnů)
 - <https://www.youtube.com/watch?v=TidY4XPnFUM>



Nedonošený novorozenec

Do norské longitudinální studie bylo zařazeno 900 000 osob narozených v letech 1967–1983, sledovány byly až do roku 2003. Z tabulky je patrné, jak s nižším gestačním věkem stoupá riziko vývojových obtíží, mortality i invalidizace v dospělém životě (Moster et al., 2008).

	Extremně těžká nedonošenost (pod 1 kg) 23–27 týdnů	Těžká nedonošenost (okolo 1½ kg) 28–30 týdnů	Střední nedonošenost (okolo 2 kg) 31–33 týdnů	Lehká nedonošenost (okolo 2½ kg) 34–36 týdnů	Norma (3 kg+) 37 týdnů+
přežily do dospělosti	17,8 %	57,3 %	85,7 %	94,6 %	96,5 %
dětská mozková obrna	9,1 %	6 %	1,9 %	0,3 %	0,1 %
mentální retardace	4,4 %	1,8 %	1 %	0,7 %	0,4 %
invalidní důchod	10,6 %	8,2 %	4,2 %	2,4 %	1,7 %
schizofrenie	0,6 %	0,1 %	0,2 %	0,2 %	0,1 %
poruchy autistického spektra	0,6 %	0,4 %	0,05 %	0,03 %	0,05 %
poruchy psychického vývoje, chování a emocí	2,5 %	0,7 %	0,3 %	0,3 %	0,2 %

Novorozenec

Výzkumům novorozencům se nevěnovalo příliš pozornosti. Ze začátku jsme dokázali změřit jen výšku a váhu. Ještě ve 20. st. vnímání jako tvorové bez vědomí, křik je pouze „náhodný zvuk“, úsměvy jsou „beze smyslu“ a výrazy bolesti jsou pouhé „reflexy“.

Toto se naštěstí s přibývajícím výzkumy změnilo a naopak je spíše překvapivé, jak jsou novorozenci schopní.

Mýty o novorozencích:

1. **Miminka necítí:** Ještě dnes někteří lékaři a sestry tvrdí, že dítě nepocítuje žádné nepříjemné pocity. Nebude trpět při lékařských zákrocích, nebude postrádat matku, nepotřebují anestetika.
 1. Operační sály jsou tvrdé chladné oslepující + nepříjemné zacházení, to je pro dítě traumatizující.
 2. Obřízka – zcestný náboženský zvyk, kdy si rodiče myslí, že si to dítě nebude pamatovat, ale bude
 3. V roce 1975 francouzský porodník Leboyer volá po novém porodu „bez násilí“ – odmítnuto kolegy, protože dítě přece necítí a porod nevnímá.
2. **Novorozenci mají primitivní mozky**
 1. Protože má jen ¼ své konečné velikosti je neschopné myšlení a paměti. Zbrzdilo to aktivní rodičovství, protože žádný mozek = žádná osobnost = žádná rodičovská péče.
 2. Někteří lidé mají vzpomínky i na porod a to proto, že nervové dráhy se začínají vyvíjet již pár týdnů po početí.
 3. Panovalo přesvědčení, že novorozenec má nejdříve primitivní méněcenné části mozku a teprve s dalším vývojem dochází k sofistikovanějším a důležitějším vývoji těchto částí. Což vede k nehumánním praktikám při porodech. Tedy paměť a schopnost učení byl zcela zavrhnuto.
 4. I zrak je pokročilý, i když vizuální centrum mozku ještě není plně funkční. (Mozek je chráněn před velkým množstvím podnětů)

3. Novorozenci nemohou myslet.

Mýtus je, aby člověk mohl myslet musí mít řeč. Novorozenec však má tolik projevů např: natahuje se po něčem, vrní, je vzrušené hračkou, mračí se křičí, toto jsou důkazy toho, že dítě myslí. Udržují pozornost, když matka čte pohádku, kterou slyšelo před narozením. Když čte pozpátku, přestanou poslouchat. Je dokázané, že se jim zdají sny.

4. Děti nevnímají sami sebe.

Piaget tvrdil, že novorozenec je sebestředný, zaměřený na sebe až do 18. měsíce. Psychoanalytikové prohlašují, že novorozenci jsou autističtí.

Děti naopak sledují změny ve vaší tváři a napodobují vás. Jsou aktivní účastníci dialogu svých rodičů. I když jsou hladová, přestanou jíst, aby slyšeli něco zajímavého. Když slyší pláč jiného dítěte, obvykle se také rozplácí. Přestanou plakat, když slyší svůj nahraný pláč, rozeznají tedy sami sebe.

5. Novorozenci nepotřebují své matky.

Často je dítě odděleno od matky, z důvodů jako zajištění zdraví novorozence, odpočinek matky apod. Oddělení od matky je psychofyzickou deprivací dítěte a citovým týráním. S matkou cítí pocit bezpečí, regulují díky ní tělesnou teplotu, rychlost metabolismu, tep a dýchání. Vztah je oboustranný a symbiotický. Pláč spouští produkci mléka, kojení hned po porodu urychluje vyloučení placenty a chrání matku před vykrvácením.

6. Mýtus nízkého věku.

Mladší znamená nižší společenské postavení. Můžeme mít pocit, že mu nemusíme naslouchat, nemusíme se od něj učit, že mu nehrozí neadekvátní zacházení. Mají svou osobnost již po početí. Preferují chutě, pohyby, zvuky. Obličej vyjadřují emoce.

Ve 20. století se porod přemístil z domovů do nemocnic. Tělesně-zdravotní kvalita narození vzrostla, psychicky-emoční kvalita utrpěla. Dítě vše vnímá. Vnímá také to, že její matka nechce nebo je v nesouladu. Že otec chtěl raději syna apod.

Smysly:

CHUŤ

- preferují sladkou chuť, silná reakce pak na kyselé a slabší na hořké.
- výzkum zaznamenával reakce obličeje dětí na různé chutě – tyto reakce byly totožné s reakcemi dospělých, stejně tak to bylo u dětí předčasně narozených a slepých.
- kyselé – špulení rtů, hořká – výraz na zvracení, sladká - potěšení a uspokojení

SLUCH

- začínají slyšet v 18. týdnu těhotenství
- hlasité zvuky slyší a nemají je rády (rockový koncert – prokopnuté žebro matky, dobrodružný film – divoké kopání)
- spíše preferují klid a harmonii – Vivaldi Mozart X Beethoven Brahms
- matčin hlas je pro dítě konstanta – zvukový zážitek může mít vliv na pozdější poslouchání a komunikaci dítěte. Pokud má matka ječivý, rozzlobený hlas, je možné, že dítě se ho začne bát již před narozením. Proto na dítě mluvíme

tip na knihu: fascinující mysl novorozeného dítěte

Kojenecké období

- od 1 měsíce až do 1 roku života dítěte
- v průměru má 75 cm, hmotnost je asi 10 kg
- období trvá „do prvního slova a do prvního kroku dítěte“
- prudký vývoj pohybových, smyslových, poznávacích i citových a volních vlastností své osobnosti – období největších změn

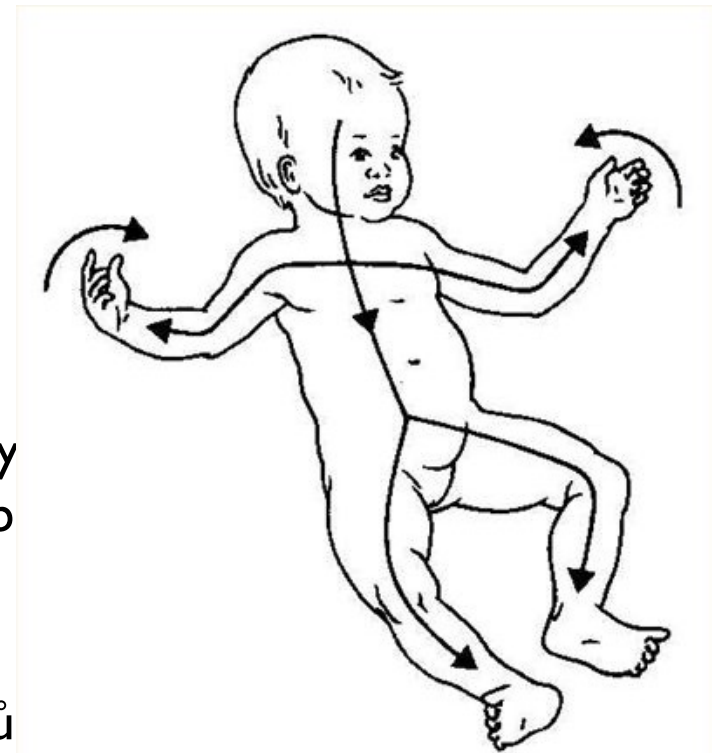
- doba bdění se prodlužuje – více pracuje mozek (podle stimulace)
- dítě nestačí „hlídat“ je třeba ho podněcovat a stimulovat

Kojenec

- ke konci období trvalost předmětu v čase
- dítě je závislé na matce či osobě, která o něj pečuje – symbiotický vztah plný lásky a pevné vazby
 - vzniká zdravé já a pozitivní sebeobraz dítěte – dítě opakovaně slyší své jméno
 - dítě do ničeho nenutíme ani netlačíme, všemi fázemi si musí projít svým tempem, můžeme jej ale stimulovat
- kojení
 - kojení mladšího sourozence snášejí starší děti špatně – sourozenecká rivalita
 - kojení na veřejnosti?
- separační úzkost (od 6. měsíce, zdravý vývoj dítěte)

Kojenec – zákonitosti vývoje

- psycholog Arnold Gessell formuloval zákonitosti vývoje kojence
- 1. *Kefalokaudální postup*
 - ovládání těla postupuje jako somatický růst – od hlavy k patě
- 2. *Proximodistální postup*
 - směr pohyblivosti od centra těla k periferii (pohy končetin začínají v ramenních a kyčelních kloub a přecházejí na zápěstí a prsty)
- 3. *Ulnoradiální postup*
 - směr vývoje je od malíčkové strany dlaně k palcům



Kojenec - jemná a hrubá motorika

- v měsíci:
- 2. – začíná si hrát, jako první s chrastítkem (důležitá fáze, dbát na hygienu a bezpečnost)
- 3. – mělo by udržet hlavičku vleže na bříšku i ve svislé poloze
 - nemá ještě rozvinutou prostorovou orientaci, neodhadne vzdálenost zvuku, ale otočí se za zdrojem
- 4. – pohybuje rukama, nohama vidí-li zajímavý předmět
- 5. – sahají po předmětech a uchopují je
 - dokážou se obrátit z lehu na bříško a obráceně
- 6. – drží tělo, když jej posadíme

Kojenec – jemná a hrubá motorika

- 7. – 8. umí se posadit samo, předtím musí být nácvik s oporou a bez opory
 - začíná lézt
- 7. – 9. první zuby (první 2 dolní řezáky), dítě kouše pevnou stravu (na co jej naučíme, to má vliv na pozdější jídelníček)
- 11. – 12. – dítě má samo stát
- 11. – 14. – dítě by mělo udělat první krůčky bez opory

Kojenec – sociální chování

- v měsíci:
- 1. - dokáže dát najevo radost z přítomnosti a pozornosti dospělých
 - vše záleží na intenzitě sociálních interakcí rodičů a dítěte
 - na úsměv reaguje celým tělem
- 3. - poznává svou matku, je živé a klidné, veselé a vážné
 - začíná si broukat
 - rozvoj estetického vnímání všechno okolo, by mělo být barevné a pro dítě zajímavé
- 4. – některé děti reagují na přísný a laskavý tón matky
 - hůře snáší samotu
- 5. - reagují na „udělej paci-paci, nazdar apod.“
- 6. – můžeme učit na nočník, když pevně sedí (dvouhodinové intervaly, vždy po spaní a po jídle, ne však déle než 5 – 10 minut)

Kojenec – sociální chování

- 10. – 12. – dítě vysloví první smysluplné slůvku, rozumí významu jednoduchých slov „na, dej, pac, ne“
 - Čím větší má dítě vrozenou inteligenci a čím je více sociálně stimulované, tím také zná obvykle více slov pasivně i aktivně
 - dítě se naučí mluvit pomocí „cirkulárního reflexu“ (Henry Allport) – dítě vydává náhodné zvuky a je přitom stimulováno, aby je opakovalo, později rodič spojuje zvuk s předmětem a navodí tak podmíněnou reakci – dítě se naučí rozumět mluvené řeči
- 11. – 14. učí se hodně nápodobou např. od svého staršího sourozence ale i pracovníků kojeneckého ústavu
 - později uvědoměle napodobuje výrazové projevy
 - všechny úspěchy dítěte odměňujeme úsměvem, potleskem, pochvalou

Batoletcí období

- trvá přibližně od 1 do 3 let
- z dítěte se stává samostatně se pohybující jedinec, je schopný řečové komunikace a má základy sebeobsluhy
- dítě se nejvíce učí – napodobováním – rozvíjení všech oblastí osobnosti



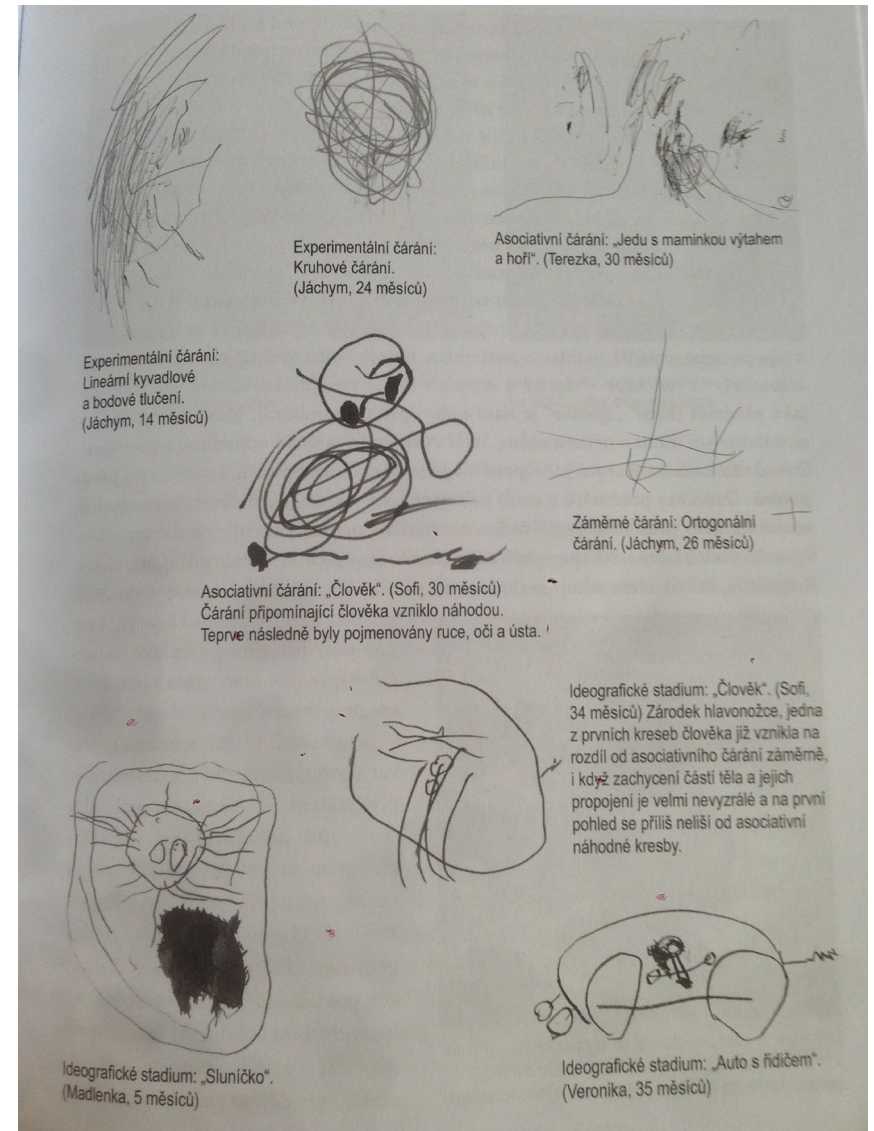
Batole – tělesný vývoj

- okolo 2. a v průběhu 3. roku se rychlost růstu snižuje
- dítě má typicky vystrčené břicho a zakulacená záda (nemá vyvinuté zádové svalstvo)
- mezi 2. a 3. rokem již běhá, skáče, chodí do schodů, jezdí na tříkolce
- učí se účelové pohyby a experimentální pohyby se vytrácí
- od 18 měsíců používá lžici, od 2 let pak vidličku

Batole – Jemná motorika

- procvičuje pinzetový úchop
 - rádo strká předměty do menších otvorů (do uší, do pusy, do nosu)
- dokáže postavit komín z kostek, navleče korálky na šňůrku
 - 15 měsíců – 2 kostky, nahází kuličky do hrníčku
 - 18 – 24 měsíců – 3-6 kostek, nahází kuličky do úzkého hrdla
 - 3 roky – 10 kostek, navleče korálky na provázek
- koordinuje obě ruce
 - dítě si přendá předmět do druhé ruky, aby mohlo uchopit nový
 - pokud drží předmět v obou rukách jeden odloží, aby vzalo nový
- začíná čmárat po papíře
 - dlaňový úchop, koordinace rukou není vyvinutá a přetahuje přes papír
- ...přes asociativní čmárání
 - na konec přisuzuje kresbě symbolický význam
- ... až po záměrné čarání
 - začínají kreslit žebříky a sluníčka

Batole – kreslící fáze



Batole - komunikace

- mezi 1. a 3. rokem objevuje 1-2 nová slova denně
- dětský žargon („mele páté přes deváté“)
- používá tzv. idioformy – vytváří si vlastní slova (miranka = minerálka, prsenka = podprsenka)
- není schopno zobecnit pojem na stejnou třídu předmětů
 - „haf“ – je jen konkrétní plyšová hračka a ne jakýkoli pes
 - „táta“ – označuje tím všechny muže
- má zájem o nová slova např. z obrázkové knížky
- okolo 3 let užívá věty o několika slovech s využitím základních gramatických pravidel

Batole – kognitivní vývoj

- mezi 12. a 18. měsíci dítě rádo bouchá a hází s věcmi
 - projev inteligence
 - zkoumá příčinu a následek
 - schopnost vlastní účinnosti a kontroly
- mezi 18. a 21. měsícem dítě užívá symbolického uvažování
 - zažije v mysli aha-zážitek = dokáže si řešení představit (x šimpanzi, pokus a omyl)

Batole – sociální vývoj

- mezi 18 a 24 měsíci si uvědomuje vlastní osobu
 - poznává se v zrcadle
 - začíná o sobě mluvit v první osobě
 - začíná o svých věcech mluvit jako „moje“
 - rozumí autonomii – „já sám“
- egocentrická subjektivita – dítě se dívá na svět pouze vlastní perspektivou, je vztahovačné
- na konci období zvládne základní sebeobslužné dovednosti a postupně se vymaňuje ze závislosti na dospělém
 - samo se nají, pije, základy hygieny, kontroluje vylučovací funkce (18 až 24 měsíců se učí na nočník, poté na záchod s redukčním prkénkem)
 - mezi 2 a 3 rokem se naučí svlékat a oblékat jednoduché kusy oblečení
- rozvoj prosociálního chování

Batole – sociální vývoj

- v 15 měsících je na vrcholu separační úzkost
 - dítě se drží v blízkosti rodiče, je nervózní, když se vzdálí
- ve věku 2 až 3 let separaci zvládají lépe
- preferují nejdříve paralelní hru
- postupně přechází v asociativní hru (3 roky)
 - Synchronní imitace – komunikace s vrstevníky napodobováním pohybů
 - spíše se napodobují, hrají si se stavebnicí, sledují stejný cíl, ale ještě cíle nedokáží dosáhnout, protože ještě neumí spolupracovat (chybí kooperativní hra) – ta až mezi 4. a 5. rokem

Batole – emoční vývoj

- batole nedokáže kontrolovat emoce
 - neumí tlumit nepříjemné pocity
 - může dojít k negativním afektivním stavům (vztek, třísknutí se sebou o zem)
 - mezi 1 a půl a 3 lety, setká se s tím až 90% rodičů a trvá to obvykle 4 minuty, ve 2 letech 9x týdně, ve 3 letech 6x týdně
- mezi 2. a 3. rokem „první puberta“ období prvního vzdoru
 - dítě si uvědomuje samo sebe a testuje okolí a jeho reakce
 - chce prosadit svůj záměr za každou cenu

Batole – pravidla výchovy

- více si všímat pozitivního chování a odměňovat ho pochvalou;
- vytvářet a přizpůsobovat situace a manipulovat jimi tak, aby dítě mělo možnost se rozhodovat a pečující osoba mohla častěji říkat „ano“ než „ne“;
- snažit se vyhýbat problémům preventivě (poskytnout dítěti řád, učit ho pravidla a připomínat mu je);
- výchovné postupy přizpůsobit náladě dítěte, redukovat stres (vzít v úvahu únavu, prožitý strach, nestimulování podněty, hlad);
- netrestat dítě fyzicky, raději převést pozornost, zajistit bezpečí, než negativní emoce odezní;
- verbální vysvětlování využívat, když je dítě emočně klidné;

- definovat hranice, tedy přiměřeně jeho věku dítěti vysvětlit, co je správné a co nikoli, a upozornění doprovodit přiměřeným emočním výrazem i tónem řeči, které dítěti pomohou situaci porozumět;
- zajistit, aby požadavky kladené na dítě odpovídaly jeho věku;
- mít na paměti, že důslednost je důležitá a prospěšná, ale výjimky také, jsou součástí života, jen je zapotřebí je dítěti vysvětlit;
- některé činnosti, které jsou považovány za nevhodné, dítěti s pomocí nastavených podmínek a pravidel případně dopřát (chodit v louži v holínkách, hrát si s vybraným nádobím, čárat na jedno místo na zdi apod.);
- nedostat se do afektu, zůstat v klidu (nebo to alespoň předstírat), neobviňovat se z neschopnosti, být si vědom, že návaly dětského vzteku jsou vývojově přiměřeným chováním, a ani při sebelepší výchově je nelze zcela eliminovat.